



Tarkkuuslajien 2-tason valmentajakoulutus 2021–2022

Kurssikirja
LAATUA KÄYTÄNNÖN
VALMENTAMISEEN
hintaan 39 € sis. postitus.
Kirja laskutetaan
ensimmäisen jakson
yhteydessä.

Tarkkuuslajit (ammunta, curling, jousiammunta ja keilailu) toteuttavat jälleen yhteisen 2-tason valmentajakoulutuksen. Koulutus koostuu neljästä lähijaksosta (pe–su), joista kaksi on yleisjaksoa ja kaksi lajijaksoa. Sen lisäksi koulutukseen kuuluu kaksi iltawebinaaria sekä itsenäisesti suoritettavia oppimistehtäviä. Osallistujalla tulee olla suoritettuna 1-taso tai vastaava koulutus sekä yksilö tai ryhmä, jota valmentaa. Koulutukseen voivat osallistua myös aktiiviurheilijat.

Koulutuskokonaisuus

1. Ennakkotehtävät

2. Yleisjakso

KISAKALLIO 20.–22.8. 2021 Taitoharjoittelu ja valmentajan osaaminen

- Psyykinen valmennus
- Kilpaileminen
- Taitoharjoittelu
- Valmentajana kehittyminen
- Antidoping

3. Lajijakso, iltawebinaari ja oppimistehtävät

4. Yleisjakso

KUORTANE 21.–23.1.2022 Urheiluosaaminen ja kokonaisvaltainen valmennus

- Fyysisten ominaisuuksien kehittäminen
- Harjoittelun ohjelmointi
- Biomekaniikka
- Psyykinen valmennus
- Ravitseminen

5. Lajijakso, iltawebinaari ja oppimistehtävät



Koulutuksen hinta 250€/jakso sisältäen koulutuksen ja majoituksen täysihoidolla (2 hh). Koulutus sisältää yhteensä neljä lähijaksoa. Lisähinnasta on mahdollista majoittautua yhden hengen huoneessa sekä ostaa iltapala. Lisäksi hintaan kuuluvat myös iltawebinaarit.

Ilmoittautuminen Mukaan mahtuu kaikista tarkkuuslajeista enintään 15 valmentajaa/tarkkuuslaji ja paikat täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä. Mikäli osallistujia tulee yli kiintiön, lajiliitot valitsevat osallistujat.

Ilmoittautuminen koulutukseen päättyy 31.7.2021. Kaikkien lajien ilmoittautumiset samalla lomakkeella: <https://forms.gle/sMKmH4dt4cx4p1Rr6>
Lisätietoja koulutuksesta voi kysyä oman lajiliiton koulutusvastaavalta.

